श्रीसीतारामचन्द्राभ्यां नमः

श्रीमद्रामानन्दोविजयतेतराम्

अध्यात्मरामरक्षास्तोत्रम् (श्रीरामरक्षा)

आत्मानं जीवात्मानम् अधिकृत्य अन्तर्यामित्वेन वर्तमानम् परब्रह्म अध्यात्मम् (अव्ययीभाव समासः)। जीवात्मा पर अधिकार करके अन्तर्यामी रूपसे रहने वाले परब्रह्मको अध्यात्म कहा जाता है। 'य आत्मनि तिष्ठन् आत्मनोऽन्तरो यमात्मा न वेद, यस्य आत्मा शरीरं य आत्मानमन्तरो यमायति' (वृहदारण्यकोपनिषद्)। यह श्रुति जीवमें अन्तर्यामी रूपसे वर्तमान परब्रह्मके निवासका कथन करती है। अध्यात्मं च सः रामः इति अध्यात्मरामः (कर्मधारय समास)। अध्यात्म परब्रह्म वेदवेद्य, जगज्जन्मादिकारण पुरुषार्थचतुष्टयप्रदाता, सच्चिदानन्दस्वरूप श्रीसीतापति श्रीमद्रामचन्द्र जी ही हैं –

रामपदेनासौ परब्रह्मेत्यभिधीयते (श्रीरामतापनीयोपनिषद्)

रामः सत्यं परब्रह्म (श्रीरामस्तवराज)

रामब्रह्म परमारथ रूपा (श्रीरामचरितमानस)।

अध्यात्मरामस्य रक्षास्तोत्रम् इति

अध्यात्मरामरक्षास्तोत्रम् (षष्ठी तत्पुरुष समासः)

यहाँ लुप्त षष्ठी विभक्तिका उच्चरितत्व अर्थ है। परब्रह्म श्रीरामके द्वारा उच्चरित अध्यात्मराम रक्षास्तोत्र है। श्री बुधकौशिक मुनि प्रणीत श्रीरामरक्षा स्तोत्र देवाधिदेव श्रीमहादेव द्वारा उपदिष्ट है किन्तु कलिपावनावतार जगद्गुरु श्रीमत् स्वामी रामानन्दाचार्य जी महाराज द्वारा लिखित प्रस्तुत अध्यात्मरामरक्षास्तोत्र साक्षात् श्री भगवान् रामचन्द्र जी द्वारा उच्चरित है – श्रीरामचन्द्र जी उच्चरन्ते सीतालक्ष्मण सुनन्ते (अध्यात्मरामरक्षा)। श्री भगवान् द्वारा उच्चरित होनेसे यह अत्यन्त श्रद्धेय एवं महत्वपूर्ण है।

इसका नियमित पठन और श्रवण संकटसे रक्षा तथा अन्य अनेकों फल प्रदान करने वाला है। श्रीरामरक्षा पठन्ते सुनन्ते उच्चरन्ते राजद्वारे संग्रामे शत्रुसंकटे रक्षा भवेत्। (अध्यात्मरामरक्षा)। इसके पाठसे भगवद्भक्तिकी प्रतिबन्धिका मनको अस्थिरता निवृत्त होकर उसकी स्थिरता एवं परमपुरुषार्थ

मोक्षकी प्राप्ति होती है – **मन स्थिर रहन्ते मोक्ष मुक्ति फल लभन्ते** (अध्यात्मरामरक्षा)। शास्त्रोंमें कैवल्य और मोक्ष इन द्विविध मुक्तियोंका प्रतिपादन मिलता है। इनमें कैवल्यका अतिक्रमण करते ही श्रीवैष्णव भक्तगण श्रीसाकेत धाममें सकलबन्धनिवृत्तिपूर्वकानवधिकातिशय परमात्मानुभवरूप मोक्ष प्राप्त करते हैं। सातिशय स्वात्मानन्द मात्रानुभव रूप होनेके कारण **'सगुनोपासक मोक्ष न लेही'** इन शब्दोंसे श्रीगोस्वामी जीने कैवल्यको श्रीवैष्णवों द्वारा अग्राह्य कहा है। श्री मद्रामानन्दाचार्य स्वामी जीने **'मोक्ष मुक्तिफल लभन्ते'** इन शब्दों द्वारा परमात्मानुभवरूप मोक्षको ग्राह्य कहा है। इस मोक्षवस्थामें भक्तिकी निरन्तर अबाधित स्फूर्ति बनी रहती है।

श्री स्वामीरामानन्दाचार्यकृत

श्री रामरक्षा (अध्यात्मरामरक्षा)

ॐ संध्यातारिणी सर्वदुःख निवारणी संध्या उच्चरै विघ्नटरै पिण्डप्राणकी रक्षा श्रीनाथ निरंजन करैं। ज्ञान दीपै मनोधूपै इन्द्री पञ्च हुताशनम् क्षमाजाप समाधिस्थ नमोदेव निरंजनम्।।

ॐ अखण्डमण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरम्।
तत् पदं दर्शितं येन तस्मै श्री गुरवे नमः।।

परम गुरुभ्योनमः, परात्पर गुरुभ्योनमः, परमात्म गुरुभ्योनमः, श्री आत्मगुरुभ्यो नमः, आदि गुरुदेव अनन्तगुरुदेव अलख गुरुदेव शरण गुरुदेव श्री गुरुदेवजीके चरणारविंदमें नमो नमस्कारम्।।

हरतसर्वव्याधि शोकसन्ताप दुःख दारिद्र कलह कल्पना, रोग पीड़ा सकल विघ्न खण्ड खण्ड तस्मै श्री राम रक्षा निराकार, बानी अनुभव तत्व निर्भय मुक्ति जानि, बांधिया मूलदेखिया स्थूल गर्जिया गगन धुनि ध्यान लगा त्रिगुण रहित शील संतोषमें श्री रामरक्षा लिए प्राणी ॐ कार जागा पंच तत्व पंचभूत पच्चीस प्रकृति पंच भूतात्मा पंचबाई समदृष्टि समस्वर आई। प्राण, अपान, उदान, ब्यान, समानमिलि अनहद शब्दकी खबर पाई। उलटिया सूर गगन भेदिया नवग्रह डंक छेदन किया पेखिया चन्द्र जहाँ कला सारी। ब्रह्म अग्नि प्रगट भई जरा व्याधि जली डाकिनी शाकिनी घेर मारी।

धरती आकाश बीच पन्थ चलता किया। अगम निगम महारस अमृत पिया, भूत–प्रेत दैत्य दानव संहार किया, बज्रकी कोठरी वज्रका दण्ड लै वज्र के खड्गसे कालमारिया, गरुड़ पक्षी उड़िया नाग नागिनी डसिया विषकी लहर सों निद्रा न झप्पै।

पिण्ड निर्मल हुआ पिंजरे पड़ी सुआ रोग पीड़ा व्यथा नहिं देह व्यापै। रोम रोम रंरकार उच्चरन्तवाणी श्रवण सुनत गुरुके शब्दसों ज्ञानी ख्याल करता रहै। समदृष्टि युष्टि मेला झिलमिली ज्योति झलकार झलकत रहै। ज्योतिमें ध्वनी ध्वनीमें ज्योति नादविन्दु मिल भया रंगरेला, शून्यका नेहरा शून्य सूझतारहै। आप सो आपमिलि आप जाप लागिया, शरीर सों शरीर मिलि शरीर स्पर्शता रहै। जीह सों जीह मिलि ब्रह्म जागिया, नैन सों नैन मिलि नैन निरखत रहै मुख सों मुख मिलि बोल बोलिया। श्रवण सों श्रवण मिलि नाद सुनता रहै शब्द सौं शब्द मिलि शब्द खोलिया, नृत्य सों नृत्य मिलि नृत्य लागी रहै सुरति सों सुरति मिलि सुरति आवे, धाम सों धाम मिलि धाम जागृत रहें, राग सों राग मिलि राग गावे, ज्ञान सो ज्ञान मिलि ज्ञान लागा रहै, ध्यान सों ध्यान मिलि ध्यान ध्यावे, जाप सों जाप मिलि जाप अजपा जपै सोई दम लागी रहै भेदपावे, चित्त सों चित्त मिलि चित्त चेतन हुआ उन्मुनी दृष्टि सों भाव देखे द्वार सों द्वारा मिलि, शीश सों शीश मिलि जीव सो जीव मिलि, ब्रह्म सों ब्रह्म मिलि भेद भेदिया, मिटि गया घोर आंधिर तिहुँ लोकसे श्वेत स्फटिक मणि हीरा

भेदिया। उघरन्त नैन बाजन्त बैनचन्द्र सूर्य दोउ रहत धीरा। हाँक हुँकार हनुमान ललकार गाजत रहै। पकरि बाँधिया बावनबीरा गगन उलटी चलै भानुपच्छिम उवैं निरखिया ब्रह्म प्रकाश किया आत्मा माँहि दीदार दर्शता रहै अजर अमर है आपजिया। किंणी किंकिणी रुणी झुनझुनी सिंह धुनी नाद नांद सुषुम्नाके साज सजिया, चाचरी खेचरी, भूचरी, अगोचरी, उन्मुनी पाँच मुद्रा साधनसे सिद्ध साधु राजा। जले थले घाटे वाटे औघटे निरंजन निराकार रक्षा करैं। बाघ बघिनीका करौ मुख काला। चौंसठ योगिनी मारि कुटिका करौ खेचरा भूचरा क्षेत्रपाला। अखिल ब्रह्माण्ड तीन लोक दोहाई फिरै। अलख पुरुष निरन्जन निराकारके चक्रसों बाढ़बाँध्यो। दृष्टि औ त्रुष्टि छल छिद्रमें वीर वैताल नवग्रह अवधूत भूतपाखण्ड टारयो। पंथमें, घोरमें, सोरमें, थोरमें, देशमें, परदेशमें, राजा के तेजमें, अग्नि की ज्वालमें, नदीकी लहरिमें साँकरे पैठ श्री रामरक्षा करें संतके शीश पर हाथ धरे रहें, चरण और शीश लों आप रक्षा करैं। गुप्तका जाप लै गुप्त साधै, चन्द्र और सूर्य दोउ एक घरमें करैं। जीतिया संग्राम देवादि देवकमल दल शुद्ध किया अलटिकर अमृतपिया विषाद् सव दूर भागै। कमल दल कमल दल ज्योति ज्वाला जलै भंवर गुंजार आकाश लागै। रुद्र नाड़ी त्वचा रक्त व्योम सोषन्त उचरन्त बानी गर्जन्त गगन बाजन्त शंख शब्द ध्वनि सुनि त्रिकुटी शिखर बीच दास रामनन्द ब्रह्म चीन्ह्यो सोई निज तत्व ब्रह्म ज्ञानी। इति श्री आध्यात्मराम रक्षा पठन्ते सुनन्ते उच्चरन्ते राजद्वारे संग्रामे शत्रु संकटे रक्षा भवेत्। श्री स्वामी रामानन्द राम रक्षा विचारते जीव जन्तु उद्धारते पुनरपि जन्म न विद्यते।

श्री रामचन्द्र जी उच्चरन्ते सीतालक्ष्मण सुनन्ते हनुमान जी कण्ठ करन्ते मनस्थिर रहन्ते मोक्ष भक्तिफल लभन्ते संध्या काले प्रातःकाले मध्यान्हे पठन्ते राम रक्षा फलं प्राप्यते।।

इति श्री पूर्णब्रह्मश्रीरामावतार

श्री स्वामी जगद्गुरु भगवान् रामानन्दाचार्योपदिष्ट श्रीरामरक्षा सम्पूर्णम्

श्री स्वामी भगवान् रामानन्दाचार्य कृत

श्री ज्ञान गुदरी

आदिपुरुष जब कीन्ह विचारा, लखचौरासी धागा जारा।।1।।
पाँच तत्व की गुदरी बीनी, तीन गुनन ते ठाढी कीनी।।2।।
जीब संग पाँच पचीस हैं लागे, काम अरु क्रोध मोह रस पागे।।3।।
तामें जीब ब्रह्म अरुमाया, समरथ ऐसा खेल बनाया।।4।।
काया गुदरी को विस्तारा, देखो सन्तो अगम अपारा।।5।।
चाँद सूरज पोरवन दल लागे, गुरु प्रताप सोवत उठि जागे।।6।।
शब्द की सुई सुरति को धागा, ज्ञान के टोभ से सीवन लागा।।7।।
नाम के साबुन सिरजन होई, कुमति मैल सब डारै छोई।।8।।
अब गुदरी की करु होसियारी, दाग न लागे देखु विचारी।।9।।
जिन गुदरी का कीन्ह विचारा, तिनको मिलि गये सिरजन हारा।।10।।
धीरज धुनी ध्यान का आसन, सत्य की लंगोटी श्वेत सिंहासन।।11।।
युक्ति कमण्डलु कर गहि लीन्ही, प्रेम फकीरी प्रेम से चीन्ही।।12।।
सेल्ही शील विवेक की माला, दया की टोपी तनु धर्मशाला।।13।।
मेहर मतंगा मत वैशाखी, मन मृग छाला तन कर राखी।।14।।
निश्चय धोती पवन जनेऊ, अजपा जपै सो जाने भेऊ।।15।।
रहै निरन्तर सत्गुरु की दाया, साधु की संगति गहि कछु पाया।।16।।
हाथ लकुटिया हृदय झोरी, छिमा खड़ाऊँ पहिरि निछोरी।।17।।
मुक्ति मेखला सुन्दर गुदरी, अमीपियाला पीकर सुधरी।।18।।
बाँधिजंजीर दीनता लीन्ही, अगम अगोचर खिड़की चीन्ही।। 19।।
वैराग्य त्याग विज्ञान निधाना, तत्व तिलक निर्भय निर्वाना।।20।।
गुरुमुख चकमक मन सातूला, ब्रह्म अग्नि परगट कर मूला।।21।।
संशय शोक भस्म जग जारै, पाँच पचीस सो प्रगटै भारै।।22।।
दिल के दर्पण दुविधा खोई, सो विराग में पक्का होई।।23।।
शून्य महल में फेरी देई, अमृत रस की भिक्षालेई।।24।।
तन मन सोधि रहै गलताना, सोलखि पावै पद निर्वाना।।25।।

सात कमल षट्चक्कर सोधै, योगी आप को आप में बोधै।।26।।
इंगला के घर पिंगला जाई, सुखमन सुरति रहै मन लाई।।27।।
ओंऽहं सोऽहं तत्व विचारा, वंकनाल में कियो संभारा।।28।।
मन को मारि गगन चढ़ि जाई, मान सरोवर पैठि नहाई।।29।।
अनहदनाद नाम का पूजा, ब्रह्म सत्य सम देव न दूजा।।30।।
छूटा कल्मश मिला अलेखा, यहि नैनन तें राम को देखा।। 31।।
अहंकार तन मन ते मारा, घट चौका तब भयो उजियारा।।32।।
चितकर चन्दन तुलसी फूला, हितकर सम्पुट कर मतिमूला।।33।।
श्रद्धाचँवर प्रीतिकर धूपा, नवतम नाम रामका रूपा।।34।।
जो यह प्रगट चलायो भेषा, तिनका चरित कहेन हम शेषा।।35।।
राघवानन्द ज्ञान गुरु दीन्हा, तब गुदरी से परिचय कीन्हा।।36।।
तनमन प्रेम से सुरति लगाई, प्रथम ध्यान गुरु का कर भाई।।37।।
तब सूरति फिर शब्द में दीजै, निर्गुन सुर्गन सबलखि लीजै।।38।।
कुण्डलिनी जागृत ह्वै जाई, सबलोकनि में घूमि सो आई।।39।।
रोम रोम हर ठौरि से भाई, ररंकार धुनि होय सदाई।।40।।
रामसिया सब के पितुमाई, हरदम सन्मुख परैं दिखाई।।41।।
सांचे गुरु से जाने जोई, मुक्ति भक्ति वाही की होई।।42।।
श्री गुरु की दै कहौं दुहाई, सत्य सत्य तुमको बतलाई।।43।।
ज्ञान गुदरी जो पढै प्रभाता, जन्म जन्म के पातक जाता।।44।।
जो मध्यान्ह पढ़ै चितलाई, अनुभव होय वरनि नहि जाई।।45।।
संध्या सुमिरन जोनर करै, जरामरन भवसागर तरै।।46।।
श्री रामानन्द कही यह गुदरी, जे गुरु शरण गये ते सुधरी।।47।।

।। इति श्री स्वामी रामानन्द जी महाराज के द्वारा कबीर जी को उपदिष्ट ज्ञान गुदरी सम्पूर्णा।।

चार धाम की बड़ी जय

(आश्रम में समष्टि भण्डारे के समय बोली जाने वाली बड़ी जय घोष)

जेवत सन्त हरि हरि करें धन्य पुरुष के भाग।
तिनके गृह पावनभये सन्त पधारे आय।।

बोलिये सन्तो मधुरीसी वानी प्रेमसे श्री हरे .....। श्री मन्नारायणकी जय। स्वयं ब्रह्मनारायणकी। पर ब्रह्मनारायणकी। सच्चिदानन्दनारायणकी। ज्योतिस्वरूपनारायणकी। अव्ययपुरुष नारायणकी। लक्ष्मीनारायणकी। अवधपुरीकी। अवधसरयूकी। श्री सरयूकी। आद्यसरयूकी। सरयूविरजाकी। रामकोटकी। जन्मभूमिकी। सुमित्रा भवनकी कैकई भवनकी। रत्न सिंहासनकी। हनुमान जी महाराजकी। हनुमान गढ़ीकी। सुग्रीव टीलाकी। अँगद टीलाकी। क्षीर सागरकी। वसिष्ठ मुनिकी। वसिष्ठ कुण्डकी। वामदेव जीकी। धनन्जय तीरथकी। चक्रतीरथकी। ब्रह्मघाटकी। लक्ष्मण घाटकी। स्वर्गद्वार घाटकी। जानकी घाटकी। रामघाटकी। हनुमान कुण्डकी, स्वर्णसर कुण्डकी। अग्नि कुण्डकी। सीता कुण्डकी। विद्या कुण्डकी। तिलोदकी गंगाकी। मणि पर्वतकी। खजुहा कुण्डकी। सूर्य कुण्डकी। सूर्य नारायणकी। विल्व हरि घाटकी। भरत कूपकी। नन्दिग्रामकी। निर्मली कुण्डकी। गुप्तार घाटकी। यमथला तीरथकी। विभीषण कुण्डकी। विभीषण महाराजकी। सरमादेवीकी। मत्तगयन्दकी। दाशरथी रामकी। दशरथनन्दनकी। कौशल्यानन्दनकी। कैकेयी नन्दनकी। सुमित्रा नन्दनकी। रघुवंशमणिकी। रघुवंश भूषणकी। रघुवंशभूषणराम रघुनाथकी। दशरथनन्दनरामरघुनाथकी। कौशल्यानन्दनराम रघुनाथकी। कैकेयीनन्दनरामरघुनाथकी। सुमित्रा नन्दन राम रघुनाथकी। जानकी रमणरामरघुनाथकी। जानकी वल्लभ रामरघुनाथकी। जानकी बिहारी राम रघुनाथकी। जानकी विनोदक राम रघुनाथकी। जानकी प्रमोदक राम रघुनाथकी। अवधेश राम रघुनाथकी। अवध मण्डन राम रघुनाथकी। जानकी बिहारी राम रघुनाथकी। जानकी पति राम रघुनाथकी। रघुवंश दुलारे राम रघुनाथकी। अवध रमण राम रघुनाथकी। श्री जनकपुर धामकी। श्री जनकजीमहाराजकी। सुनैना माताकी। लक्ष्मी निधि भैयाकी।